

生春巻きひじき風味



材 料 (2人分)

- 牛肉こま 100g
- ひじき 10g
- れんこん 30g
- レタス 3枚
- 豆板醤 小さじ1/3
- ライスペーパー 6枚
- 塩・こしょう・だしの素・醤油 各少々

作り方

1. ひじきをたっぷりの水で、30分かけて戻す。
2. フライパンで牛肉を炒め、火が通ったら戻したひじきを入れ、調味料で味を付ける。
3. 生春巻きの皮をひし形に置き、レタスを中心に置き、□を6等分したものをのせて、手前の端を折り、長方形になるようにする。
4. 好みでしょうゆなどをつけていただく。

ポイント

豆板醤が苦手な人や子どもには、赤みそを代用するとよい。